

วิทยาศาสตร์แห่ง การรับรู้

ปลุกพลังในตัวคุณ เดินทางสู่ตัวตนอันสูงส่งและพลังจักรวาล



NOKYOONG CHUTTIYAPHAT

วิทยาศาสตร์แห่ง

การตื่นรู้

ปลูกพลังในตัวคุณ

เดินทางสู่ตัวตนอันสูงส่ง

และพลังของจักรวาล

ลิขสิทธิ์ © 2025 โดย Nokyoong Chutiyaphat

ชื่อหนังสือ: วิทยาศาสตร์แห่งการค้นรู้

ISBN: 978-616-623-017-8

ห้ามคัดลอก ทำซ้ำ ดัดแปลง เผยแพร่ หรือจัดจำหน่ายเนื้อหาทั้งหมดหรือบางส่วนของหนังสือเล่มนี้ในรูปแบบใด ๆ ไม่ว่าจะเป็นสิ่งพิมพ์ อิเล็กทรอนิกส์ หรือสื่อประเภทอื่น โดยไม่ได้รับอนุญาตอย่างเป็นทางการ
ลักษณะอักษรจากเจ้าของลิขสิทธิ์

หนังสือเล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อจุดประสงค์ในการให้ความรู้ การขยายภายใน และการสร้างแรงบันดาลใจแก่ผู้อ่าน มิได้มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้แทนคำแนะนำทางการแพทย์หรือการบำบัดใด ๆ หากผู้อ่านมีปัญหาด้านสุขภาพหรือด้านจิตใจ กรุณาปรึกษาผู้เชี่ยวชาญโดยตรง

ผู้เขียน: Nokyoong Chutiyaphat

จัดพิมพ์ครั้งแรกในประเทศไทย พ.ศ. 2568

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537

สารบัญ

บทนำ: การตื่นรู้ที่เปลี่ยนแปลงชีวิต	1
บทที่ 1: ตัวตนข้างใน Higher self คืออะไร?	3
บทที่ 2: เทคนิคชีวิตไปข้างหน้าด้วย " ความสมดุล "	6
บทที่ 3: ฟังเสียงข้างใน เริ่มฝึกยังงี้?	9
บทที่ 4: สิ่งในตัวตนข้างใน ต้องการบอกคุณ แต่คุณ ไม่เคยรู้	12
บทที่ 5: อย่าเปิดตาที่ 3 ถ้าคุณยังไม่รู้เรื่องนี้ !!!	16
บทที่ 6: ทำสมาธิอย่างไร เปลี่ยนปัญหา เป็นปัญญา	21
บทที่ 7: อย่าเพิ่งดูดวง ถ้าคุณยังไม่รู้เรื่องนี้	24
บทที่ 8: ความลับ Higher Self สื่อสารกับเราอย่างไร	27
บทที่ 9: How to Hack สมองสู่ปัญญาญาณ	30
บทที่ 10: งานวิจัย เปลี่ยนสมองด้วย พลังของการขอบคุณ	33
บทที่ 11: 5 วิธีเชื่อมต่อ "จิตเหนือสำนึก" กฎแรงดึงดูดทำงานง่ายขึ้น 10 เท่า	37
บทที่ 12: วิทยาศาสตร์ตาที่ 3 - เปิดความลับสมอง เปลี่ยนทุกแรงปรารถนาเป็นจริงไวขึ้น 10 เท่า	41
บทที่ 13: ยิ่งวางใจ ยิ่งได้รับ - 3 Mindset เปลี่ยนความอยาก เป็นการวางใจให้คุณได้ทุกสิ่งที่คุณฝัน แบบไม่คาดฝัน	45
บทที่ 14: วิชาฮีลใจ — แห้วประสบการณ์ที่ทำให้เดินโตก้าวกระโดด	48
บทสรุป: ปลุกพลังแห่งการตื่นรู้ และสร้างชีวิตที่คุณต้องการ	51

บทนำ: การตื่นรู้ที่เปลี่ยนแปลงชีวิต

คุณเคยรู้สึกไหมว่า มีบางอย่างที่มองไม่เห็นกำลังนำทางคุณอยู่? หรือเคยสงสัยไหมว่าทำไมบางคนสามารถดึงดูดโอกาสและความสำเร็จเข้ามาได้อย่างง่ายดาย ในขณะที่บางคนต้องดิ้นรนอย่างหนักแต่กลับไม่ถึงเป้าหมายที่ต้องการ?

ความลับของจักรวาลนี้ไม่ใช่เรื่องบังเอิญ ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นล้วนเกี่ยวข้องกับพลังงาน จิตสำนึก และคลื่นความถี่ที่เราส่งออกไป หนังสือเล่มนี้จะเปิดเผยความลับเหล่านั้น ผ่านมุมมองของวิทยาศาสตร์และจิตวิญญาณ—ไม่ใช่แค่เรื่องของกฎแรงดึงดูด แต่คือ การเข้าใจวิธีที่สมอง จิตใต้สำนึก และพลังงานของคุณทำงานร่วมกัน เพื่อสร้างความเป็นจริง

หนังสือเล่มนี้เหมาะกับใคร?

หากคุณเป็นคนที่...

- ✓ ต้องการ เข้าใจพลังของจิตสำนึกและจิตใต้สำนึก เพื่อสร้างชีวิตที่ดีขึ้น
- ✓ อยากรู้ว่า สมองของคุณทำงานอย่างไรในกระบวนการดึงดูดสิ่งที่ต้องการ
- ✓ ต้องการ ฝึกฝนพลังงานภายใน เช่น การเปิดตาที่ 3, การเชื่อมต่อกับจิตเหนือสำนึก, และการใช้จิตใต้สำนึกให้ดึงดูดพลังบวก
- ✓ กำลังเผชิญความท้าทายในชีวิต และต้องการ เปลี่ยนปัญหาให้กลายเป็นปัญญา
- ✓ สนใจศาสตร์ของ พลังงาน การสั่นสะเทือน และการสร้างความเป็นจริงผ่านการปรับจูนคลื่นสมอง

หากคำตอบของคุณคือ “ใช่” หนังสือเล่มนี้คือกุญแจสำคัญที่จะปลดล็อกศักยภาพที่ซ่อนอยู่ในตัวคุณ!

คุณจะได้เรียนรู้อะไรจากหนังสือเล่มนี้?

- 📌 **วิทยาศาสตร์ของการตื่นรู้** — ทำไมสมองและจิตใต้สำนึกจึงเป็นตัวกำหนดโชคชะตาของคุณ?
- 📌 **ตาที่ 3 และพลังแห่งจิตเหนือสำนึก** — วิธีใช้ศูนย์พลังงานภายในเพื่อเข้าถึงสัญญาณที่แม่นยำและดึงดูดโอกาสที่ใช้
- 📌 **กฎแรงดึงดูดทำงานอย่างไรจริง ๆ ?** — มันเป็นแค่แนวคิดเชิงจิตวิทยา หรือมีรากฐานจากฟิสิกส์ควอนตัม?
- 📌 **Mindset เปลี่ยนชีวิต** — วิธีปล่อยวาง เปลี่ยนความอยากเป็นการวางใจ และใช้พลังของการขอบคุณเพื่อเร่งกระบวนการ **Manifestation**

 เคล็ดลับฝึกพลังงานของตัวเอง — เทคนิคจากผู้เชี่ยวชาญระดับโลก เช่น Dr. Joe Dispenza, Eckhart Tolle, และ Dr. Bruce Lipton

ทุกสิ่งที่คุณต้องการ มีอยู่แล้ว—แค่รอให้คุณปลดล็อกมัน

พลังในการสร้างชีวิตที่คุณต้องการ **ไม่ได้อยู่ที่โชคชะตา** แต่อยู่ที่ **การตื่นรู้** และ **การใช้พลังงานภายใน** ของคุณให้ถูกต้อง

พร้อมหรือยัง? หากคุณพร้อมที่จะเปลี่ยนชีวิต และดึงดูสิ่งที่คุณต้องการเข้าสู่ความเป็นจริง **เปิดหน้าต่างต่อไป** แล้วเริ่มต้นการเดินทางของคุณได้เลย!

บทที่ 1: ตัวตนข้างใน Higher self คืออะไร?

การเชื่อมโยงกับตัวตนภายในและพลังงานจักรวาล

หลายคนเคยได้ยินคำว่า **Higher Self** หรือ ตัวตนข้างใน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของจิตวิญญาณที่สูงขึ้นของเรา บางคนอาจเรียกสิ่งนี้ว่า "พระเจ้า" หรือ "พลังจักรวาล" ความเชื่อนี้มีอยู่ในหลายแนวคิดทางศาสนา และจิตวิญญาณทั่วโลก แต่คำถามที่สำคัญก็คือ เราจะเชื่อมโยงกับ **Higher Self** ได้อย่างไร? และ พระเจ้ามีจริงหรือไม่?

ในบางมุมมอง พลังจักรวาลสามารถถูกมองว่าเป็นพลังงานที่มีอยู่จริงซึ่งขับเคลื่อนสรรพสิ่ง ทั้งในระดับจิตใจและกายภาพ ไม่ว่าคุณจะเรียกมันว่าพระเจ้า พลังงานแห่งความรัก หรือกฎแห่งธรรมชาติ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งเดียวกันที่แสดงออกในรูปแบบต่าง ๆ

ตัวอย่างในชีวิตจริง: ผู้ที่ค้นพบ Higher Self

- ✓ **นิโกลา เทสลา (Nikola Tesla)** — นักประดิษฐ์และวิศวกรไฟฟ้าที่ได้รับแรงบันดาลใจจาก "เสียงข้างใน" เทสลามักจะอ้างว่าแนวคิดของเขามาจากพลังงานที่เขา "สัมผัสได้" มากกว่าจากกระบวนการคิดปกติ
- ✓ **มหาตมะ กานธี (Mahatma Gandhi)** — ใช้เสียงข้างในของเขาเป็นแนวทางในการต่อสู้เพื่อสันติภาพและความยุติธรรม แม้เผชิญกับอุปสรรคมากมาย
- ✓ **บิล เกตส์ (Bill Gates)** — ตัดสินใจลาออกจาก Harvard เพราะเชื่อมั่นในวิสัยทัศน์ภายในของตัวเอง และสร้าง Microsoft ขึ้นมา
- ✓ **จิม แครร์รี (Jim Carrey)** — นักแสดงที่ใช้พลังของ Higher Self และ Visualization เพื่อสร้างชีวิตที่เขาต้องการ

ความรู้สึกลึกคือภาษาของจักรวาล

คุณไม่ได้เปลี่ยนเพราะสิ่งที่คุณรู้ แต่คุณเปลี่ยนจากสิ่งที่คุณ *รู้สึก* เพราะความรู้สึกลึกคือภาษาของจักรวาล เป็นพลังงานที่ไม่มีข้อจำกัดด้านภาษา เชื้อชาติ หรือศาสนา

จักรวาลไม่ได้พูดกับคุณผ่านคำพูด แต่พูดผ่าน *ความรู้สึกลึก* ที่คุณได้รับ หากคุณสามารถเข้าใจและปรับจูนพลังงานของตัวเองให้สอดคล้องกับพลังงานแห่งความรักและความสมดุล คุณจะสามารถรับรู้สิ่งที่ตัวตนข้างในต้องการสื่อสารกับคุณ ได้อย่างชัดเจนขึ้น

คำสอนจากผู้เชี่ยวชาญ

📌 **ดร.โจ ดิสเพนซา (Dr. Joe Dispenza)** — นักวิทยาศาสตร์ด้านประสาทวิทยาและการพัฒนา
ศักยภาพมนุษย์ กล่าวว่า:

"เมื่อคุณสามารถเปลี่ยนพลังงานของคุณให้เป็นคลื่นความถี่ที่สอดคล้องกับความรักและความสมบูรณ์แบบ
จักรวาลจะตอบสนองโดยการสะท้อนสิ่งที่คุณเป็นกลับมาให้คุณ"

📌 **เอกฮาร์ท โทลเล่ (Eckhart Tolle)** — นักปรัชญาผู้เขียน *The Power of Now* กล่าว
ว่า:

"เสียงที่แท้จริงของคุณ ไม่ได้อยู่ในความคิดที่วิ่งพล่าน แต่มันอยู่ในความเงียบของปัจจุบันขณะ เมื่อคุณ
เรียนรู้ที่จะฟังมัน คุณจะพบคำตอบที่คุณตามหาเสมอ"

วิธีเชื่อมโยงกับ Higher Self

- ✓ **ฝึกการไม่ตัดสิน** — เปิดใจรับทุกสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิต โดยมองว่าเป็นส่วนหนึ่งของเส้นทางการเติบโตของ
เรา
- ✓ **อยู่กับปัจจุบัน** — การฝึกสติ (*Mindfulness*) ช่วยให้เราระหนกถึงพลังงานที่ไหลผ่านตัวเราใน
ขณะนั้น ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการเชื่อมโยงกับ Higher Self
- ✓ **ตั้งคำถามกับตัวเอง** — อะไรที่ฉันต้องการจริง ๆ? อะไรที่ฉันรู้สึกว่าคุณต้อง? การตั้งคำถามช่วยให้เรา
ตัดสินใจที่สอดคล้องกับตัวตนที่แท้จริงของเรา
- ✓ **รักษาระดับพลังงานให้สูง** — ความรัก ความกตัญญู และความเมตตาส่งผลให้พลังงานของเราสูงขึ้น ซึ่ง
ช่วยให้เราสามารถเชื่อมโยงกับพลังงานจักรวาลได้ง่ายขึ้น
- ✓ **ฝึกการทำสมาธิอย่างลึกซึ้ง** — การทำสมาธิเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการเข้าสู่สภาวะของ
Higher Self และเชื่อมโยงกับพลังงานจักรวาล
- ✓ **ใช้ Visualization** — ลองนึกภาพตัวเองในเวอร์ชันที่ดีที่สุดของตัวเอง และถามตัวเองว่า "ฉันต้อง
ทำอะไรเพื่อให้กลายเป็นคนนั้น?"

Higher Self กับกฎแรงดึงดูด

- ✓ **Higher Self ช่วยให้คุณดึงดูดสิ่งที่ต้องการได้ดียิ่งขึ้น** เพราะเมื่อคุณเชื่อมโยงกับตัวตนที่แท้จริง คุณจะ
ส่งพลังงานที่ตรงกับสิ่งที่ต้องการออกไป
- ✓ **เทคนิคการใช้พลังความตั้งใจ (Intention Setting)** — การตั้งเจตนาให้ชัดเจนช่วยให้พลังงาน
ของคุณตรงกับความต้องการ

✓ การปล่อยวาง – Higher Self จะช่วยให้คุณเข้าใจว่าการบังคับให้บางสิ่งเกิดขึ้นไม่ได้ทำให้คุณได้รับสิ่งนั้นเร็วขึ้น กลับกัน การวางใจและเชื่อมโยงกับพลังงานที่ถูกต้องจะทำให้ทุกอย่างไหลมาอย่างง่ายดาย

สรุป: Higher Self คือกุญแจสู่การใช้ชีวิตที่แท้จริง

พระเจ้า หรือพลังงานแห่งจักรวาล ไม่ได้อยู่ที่ไหนไกล แต่อยู่ในตัวเราทุกคน การเชื่อมโยงกับ Higher Self คือการกลับมาเชื่อมโยงกับตัวเอง เมื่อเรารับพลังงานของเราให้เข้ากับความรักและสติ เราจะค้นพบว่าคำตอบทั้งหมดอยู่ภายในเราเสมอ

- ✓ **Higher Self** เป็นมากกว่าความเชื่อทางจิตวิญญาณ มันคือแหล่งพลังงานแห่งปัญญาและการตื่นรู้
 - ✓ การฟังเสียงข้างในเป็นกุญแจสำคัญในการใช้ชีวิตอย่างมีเป้าหมาย
 - ✓ เมื่อคุณเชื่อมต่อกับ **Higher Self** คุณจะพบว่าคุณไม่ได้ต้องการ "สิ่งภายนอก" มากเท่าที่คุณเคยคิด
-

บทต่อไป: ความสมดุลในชีวิตคือกุญแจสู่พลังที่แท้จริง

เมื่อเราเริ่มเข้าใจและเชื่อมโยงกับ Higher Self แล้ว ก้าวถัดไปคือการรักษาสสมดุล ระหว่างพลังงานและอารมณ์ เพื่อให้เราสามารถใช้ชีวิตอย่างมั่นคง ซึ่งจะนำไปสู่ บทที่ 2 เรื่อง "ความสมดุลในชีวิต"



"การเชื่อมโยงกับตัวตนข้างใน (Higher Self) คือการเปิดรับพลังจักรวาลภายในตัวเรา เมื่อจิตใจสงบ เราจะสามารถสัมผัสถึงพลังแห่งความรักและสติที่เชื่อมโยงเรากับจักรวาลได้"